

## एकाग्रता १

एकाग्रता म्हणजे आपले सगळे लक्ष एखाद्या गोष्टीकडे पूर्णपणे लागणे. जी गोष्ट आपण करत असू तिच्याशिवाय दुसऱ्या कशाकडेही लक्ष नसणे. नरेंद्राची (स्वामी विवेकानंदांचे आधीचे नाव) अशी एकाग्रता लहानपणापासून होती.

एकदा तो आणि त्याचे मित्र घरात बसून देवाचे ध्यान करीत होते. सर्वांनी डोळे मिटले होते आणि शांतपणे, हालचाल न करता सर्व मुले बसून होती. नरेंद्र मात्र पूर्णपणे ध्यानमग्न झाला होता. तेवढ्यात एका बाजूने सळसळ ऐकू आली. नरेंद्रच्या मित्रांनी डोळे उघडून बघितले तो त्यांना साप दिसला. त्याबरोबर घाबरून जाऊन, ओरडत सर्वजण खोलीबाहेर धावले. काय झाले म्हणून भुवनेश्वरीदेवी येऊन पाहतात तो नरेंद्र तसाच शांतपणे डोळे मिटून बसलेला त्यांना दिसला. साप त्याच्या जवळून दुसरीकडे गेला तरी त्याला त्याचा पत्ता नव्हता!